Le B.I.C.K

Bretagne informations Canonë-Kayak

B.I.C.K



Benoit Peshier
Champion Olympique

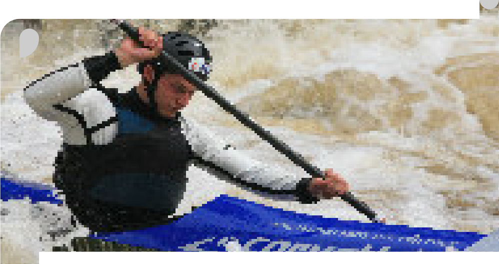


Le duo Georgin/Sevaux sur le Scroff



Podium Kayak Dame lors de la course sur le Scorff Mruskova sur la 1ère manche vainqueur des 3 courses de la BWW





Arnaud Hybois vainqueur du Scorff de la BWW 2007



Guillaume Alzingre Vainqueur du Sprint de la BWW 2007

Mars 2007

N°85

2,5 €

Compétition Internationale BWW
Championnat de France de Slalom
Tour du Finistère - Tour de Bretagne



BREIZH WILD WATER

SOMMAIRE

LE B.I.C.K.

Directeur de publication
Yves LORCY

Imprimerie
Imprimerie de Guingamp 22200 GUINGAMP

N° Commission Paritaire
En cours

Dépôt légal
Novembre 2006

Contacts
Claude LE MOAL Tél.06.30.36.29.33
Gillette TREGARO Tél. 02.99.68.86.49

Abonnement
CRBCK Base Nautique Plaine de Baud
35, rue JM Huchet 35000 RENNES
Tél./ Fax 02.23.20.30.14

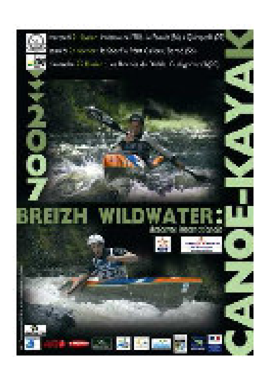
Crédit photos :
C. COLLET, JY PRIGENT, MF PRIGENT, M MASSON, S CHAPELAIS, K DRIDER



BREIZH WILD WATER

BWW 2007, Retour sur l'événement !

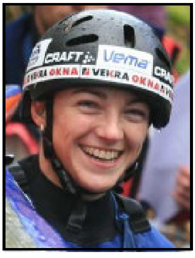
FLASH-BACK :



Il y a un peu plus d'un an, les descendeurs bretons, avec à leur tête Mickaël et Arnaud HYBOIS, lancent une idée : « ***organisons une compétition internationale de descente chez nous, en Bretagne*** *!* »
20 février 2007, salle des Ursulines à Quimperlé, environ 200 personnes sont présentes à la cérémonie d'ouverture de la **BWW 2007**. Onze drapeaux ornent la salle : l'Allemagne, l'Angleterre, la Belgique, la Croatie, l'Irlande, le Luxembourg, le Pays-Bas, la Slovénie, la Suisse, la Tchéquie et bien évidemment la France. **Le canoë-kayak, sport d'hiver en Bretagne, reprend ses droits** !

La BWW 2007, UN RENDEZ-VOUS SPORTIF DE TRES HAUT-NIVEAU !





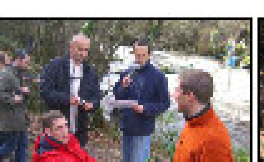




Un niveau d'eau exceptionnel ! 3 épreuves : L'intégrale de l'Ellé, La Classique du Scorff et le sprint de l'Ellé. 135 participants. 6 champions du Monde présents : G. ALZINGRE et A. HYBOIS (C1H et K1H France-Baud), ANDREE/DRIESH (C2H-Allemagne), MRUZKOVA (K1D-Rép Tchèque), MRUZKOV (K1H-Rép Tchèque), et MILHRAM (C1H-Croatie). A noter la domination de la tchèque Michala MRUZKOVA, chez les dames et du C2 allemand ANDREE/DRIESCH. Nos bretons préférés, Arnaud HYBOIS et Guillaume ALZINGRE ont montré qu'ils étaient dans le coup. Tous les résultats sur internet : **breizhwildwater2007.org**

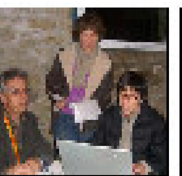
LES BENEVOLES, PROFESSIONNELS, IMPLIQUES DANS L'ORGANISATION DE LA BWW 2007 :

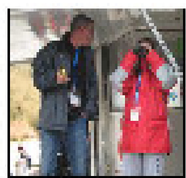












Une soixantaine de bénévoles ont assuré le bon déroulement de la BWW 2007 : chronométrage, sécurité, circulation, commentaires, montage-démontage du matériel, animations, relations presse, site internet, photos, …, etc., et n'ont pas oublié de rendre visite à Micheline !

24 FEVRIER 2007, QUERRIEN, UNE « SACREE » SOIREE !



Organisateurs, compétiteurs étaient invités à la soirée de la BWW 2007 à QUERRIEN. 200 personnes présentes pour un vrai moment de convivialité : repas, présentation des différentes équipes, danses bretonnes et autres, échanges, ….etc.

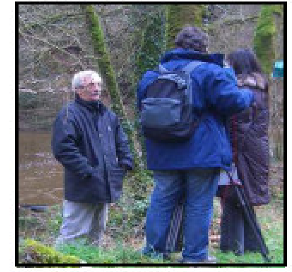






La BWW 2007, RELAYEE PAR LES MEDIAS.







Ouest-France et le **Télégramme**, partenaires de la BWW 2007, ont suivi de près l'événement, avec des portraits des locaux Arnaud HYBOIS et Guillaume ALZINGRE, avec les résultats, les échos, l'organisation, … etc. Environ 50 articles.

Les radios, **France Bleu Armorique**, **Breizh Izel**, **Hit West** ont été également présentes, avec des interviews et des annonces de la manifestation.

France 3 Ouest a diffusé 2 reportages de 2 minutes le 23 et 24 février. Et **TV Breizh** a fait une actu dans son journal de 20h30 le 24 février.

De nombreux photographes étaient également présents. Entre autres, Jean-Marc MOUCHET pour Canoë Kayak Magazine, Erwan CROUAN pour Nautisme en Finistère, ...etc. Des reportages à venir !

« breizhwildwater2007.org »,
DES CONNEXIONS GRIMPANTES !



Pourquoi un site internet pour la BWW 2007 ? Les réponses sont multiples : **faciliter** l'information pour les athlètes étrangers, la presse, …, **utiliser** les moyens modernes de communication, **donner** les résultats en temps *presque* réel, **partager** l'événement avec des passionnés grâce aux photos, aux communiqués de presse, … **etc**.



Fabien BONIC, notre webmaster Rochois, a géré le site d'une main de maître !
Jugez par vous-même :
Nombre de visites par jour et nombre de pages visionnées par jour

Dates	Compétition	Visites/Jour	Pages Visionnées/jour
1-15 fév		50	….
16-20 fév		120	…
21-févr	Intégrale Ellé	400	2 500
22-févr		400	2 500
23-févr		450	2 500
24-févr	Classique Scorff	500	8 000
25-févr	Sprint Ellé	**1 100**	**13 500**
26-févr		**1 200**	**20 000**
27-févr		600	…
28-févr		450	….
1er mars		380	….

Au total, depuis le 1er janvier 2007, il y a eu plus de **8 000 visites**. Les **275 photos** de l'album ont été vues plus de **30 000 fois**, soit une moyenne de 110 fois par photo ! Les **résultats** des courses ont été vus plus de **1 500 fois.** S'en suivent les infos presse (dossier et communiqués de presse) environ **450 fois**.

Un site internet lié à un événement sportif, une première réussie pour le canoë kayak breton !



UNE PREMIERE A RENOUVELER !

Mickaël HYBOIS, président de la commission régionale descente de Bretagne et responsable de la BWW 2007 est satisfait. « ***Imaginer un événement comme la Breizh WildWater est une chose, l'organiser en est une autre*** ! ***On peut remercier le ciel. Nous avons eu un niveau d'eau exceptionnel. Je remercie également les athlètes, l'ensemble des bénévoles, et professionnels, sans qui la BWW 2007 n'aurait pas eu lieu*** ».

Nul doute, la BWW 2007 restera dans les annales de la descente en BRETAGNE, mais aussi en France, comme un **SUCCES**. Rendez-vous dans 4 ans !

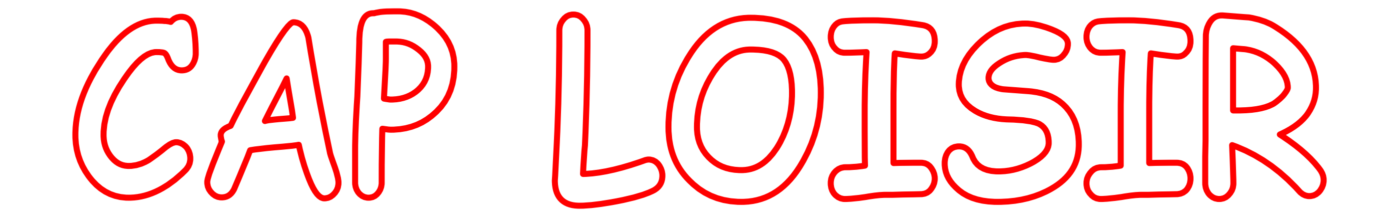
LA BWW 2007, PLEBISCITEE PAR LES ETRANGERS !

« *C'est extraordinaire, ce que vous avez fait* ». **Jean-Pierre BURNY**, entraîneur belge, est ravi de sa semaine bretonne. « *Le concept de la BWW est à renouveler. A la sortie de l'hiver, c'est bien de se confronter aux autres nations avant les grandes échéances. Et avec ces 3 courses sur l'Ellé et le Scorff, on a vu des choses intéressantes, qui vont nous permettre d'affiner la préparation finale pour le championnat d'Europe au mois de mai prochain.* ».

Kristin AMSTUTZ, entraîneur suisse, va plus loin : « *Organisez une coupe du Monde ici en Bretagne !* ».

Michala MRUZKOVA, vainqueur en kayak dame, est tout aussi enthousiaste : « *C'est vraiment formidable, on est encore en hiver et on navigue dans de très belles conditions. Le temps est clément, il y beaucoup d'eau dans les rivières, alors que chez nous, il n'est pas encore possible de pagayer en eau vive.* »

Myriam MASSON



CHAMPIONNAT DE FRANCE NATIONAL 1
A LANNION LES 3 & 4 MARS 2007



Mathilde Pichery

Les championnats de France de Slalom 1er et 2ème étape de la saison se sont déroulés à Lannion les 3 et 4 mars derniers. Le classement finale sera établi à l'issue de Treignac, Nancy, Foix et Bourg St Maurice.

L'organisation bien rodée, avait fait par rapport à l'an passé quelques efforts supplémentaires pour améliorer l'accueil de nos athlètes (tentes et zone athlète pour vidéo…) Le repas orchestré par Jacques Droniou et les bénévoles du club a été un grand succès apprécié par les athlètes, les entraîneurs et tous les bénévoles.

Le plateau : Seul Tony Estanget manquait à l'appel. La présence du champion olympique Benoît Peschier, du champion du Monde Julien Brillau, de la médaillée au championnat d'Europe Mathilde Pichery, de notre équipage lannionais Le Pennec/Quémerais 4ème aux JO 2004 a donné à cette manifestation un éclat exceptionnel.

Les résultats :

Les vainqueurs le Samedi :

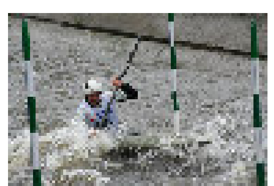
En C2 Troqueret/Voyemant (CKCF)
En C1 Pierre Labarelle (Marseille)
En K1D Emilie Fer (la Colle sur loup)
En K1H Pierre Bourliand (Pontarlier)

Les vainqueurs le Dimanche :

En C2 Brand/Forgit (Jarnac)
En C1 Denis Gargant (Marseille)
En K1D Mathilde Pichery (Montpellier)
En K1H Boris Neuveu (Bagnére de Bigorre)

Benoît Peshier

Chez les bretons :	Le Samedi	Le Dimanche
En C2 Le Pennec/Quémerais (Lannion)	4ème	3ème
En C2 Deguil/Brunel (Cesson)	12ème	14ème
En C1H Edern Le Ruyet (Lochrist)	5ème	11ème
En C1H Jonathan Marc (Lannion)	6ème	7ème
En C1H Jérémy Gouello (Lanester)	7ème	18ème
En C1H Clément Le Page (Lannion)	9ème	12ème
En C1H Jérôme Le Gall (Lannion)	12ème	5ème
En C1H Ronan Betrom (Lochrist)	13ème	20ème
En C1H Morgan Vourch (Lannion)	16ème	14ème
En K1D Nagwa El De Souki (Lannion)	3ème	5ème
En K1D Elisa Venet (Lannion)	11ème	20ème
En K1H Mathieu Legall (Lannion)	15ème	44ème
En K1H Vivien Colober (Brocéliande)	18ème	27ème
En K1H Benoît Le Page (Lannion)	35ème	24ème
En K1H Sébastien Combot (Lannion)	37ème	4ème
En K1H Benoît Guillaume (Guingamp)	38ème	11ème



Benoît Peshier



Boris Neveu



Julien Billaut

On peut noter en Canoë Biplace le bon maintien de Yann et Philippe dans le concert des C2 ; lors du parcours de dimanche ils ont su mettre à profit leur expérience sur un parcours assez extrême !

Chez les C1, Jonathan Marc a fait preuve d'une belle régularité, Edern, Jérémy, Clément sont dans le coup ! la belle dynamique du pôle porte ses fruits dans cette catégorie.

Chez les K1 Dame, Nagwa reste imperturbable et fait preuve d'une belle expérience en prenant un podium samedi et une honorable 5ème place dimanche. Elisa devra se ressaisir à Treignac car elle ne réalise pas du tout son potentiel à Lannion.

Enfin chez les hommes, samedi, Vivien Colober réalise un petit exploit en prenant la 18ème place. Il n'est que Junior 1 et fait son entrée en National 1.

Vivien Colober

Dimanche, Sébastien Combot (Lannion) et Benoit Guillaume (11è) montrent leur fort potentiel dans cette catégorie en rachetant l'échec du samedi.

Il reste encore du travail dans toutes les catégories en particulier en C2 et en K1D où nous manquons de densité….



Le Podium K1 Dames accompagnées du président du club M. Rogard

Les Invités qui représentent peut-être la relève bretonne ont bien profité du championnat de France pour appréhender la difficulté du parcours et le chemin qui reste à faire

Un grand Bravo et un grand merci aux organisateurs Lannionais pilotés par JP Le Lann et aux juges venus de toute la région. Une mention particulière pour les jeunes du club placés en sécurité et à différents postes qui ont bien rempli leur mission.

Les résultats sont disponibles sur le site fédéral (ils étaient disponibles en direct durant le WE sur TRAPS. Système développé par Frédérie).

Jean Yves PRIGENT

SELECTIF REGIONAL SLALOM AUX ROCHES DU DIABLE LE 11/02/07

Le dimanche 11 février dernier se tenait aux Roches du Diable (Finistère) un sélectif Régional 1 et 2. Une course plutôt relevée puisque les pluies de la semaine passée avaient gonflé le niveau de l'Ellé, rendant le bassin exigeant par la puissance des mouvements d'eau.

L'organisation bien rodée et performante du club de Quimperlé (dont la responsable était Christine Darcillon) a offert aux compétiteurs bretons une compétition dans les meilleures conditions, sur un tracé original de J.Darcillon et Y.Lardic, qui utilisait bien les mouvements d'eau formés par le fort niveau d'eau.

Les jeunes seniors se sont montrés les plus performants sur l'eau dans les trois catégories les plus représentées, avec Jonathan Marc de Lannion victorieux en C1H (senior 1), Caroline Loir en K1D (senior 1) et Adrien Férec en K1H (senior 2). En C2H et C1D, l'expérience a parlé avec les victoires respectives de Le Pennec/Quémerais et d'Anne Boixel.

Pour les slalomeurs en Nationale 2, cette course était une excellente préparation pour le N2 qui se tenait la semaine suivante au même endroit. Un grand merci aux nombreux bénévoles qui ont permis le bon déroulement de la journée. Ce sélectif a conclu de belle manière la saison régionale, les prochaines courses de la saison étant maintenant des sélectifs nationaux.

Les principaux résultats :

K1D :
- 1 - Caroline Loir (S) Rivery
- 2 - Elodie Le Nechet (J) Pluméliau
- 3 – Nagwa El-Desouki (V) Lannion
- 7 – Lucie Saucet (1ère C) Lochrist

C1H :
- 1 – Jonathan Marc (S) Lannion
- 2 – Ronan Betrom (S) Lochrist
- 3 – Jérémy Gouello (S) Lanester
- 7 – Gaëtan Le Hénnaf (1er J) Quimper
- 12 – Jérémy Moreaux (1er C) Lochrist
- 16 – Michel Lanchec (1er V) Lannion

C2H :
- 1 - Le Pennec/Quémérais (S) Lannion

C1D :
- 1 - Anne Boixel (V) Rennes

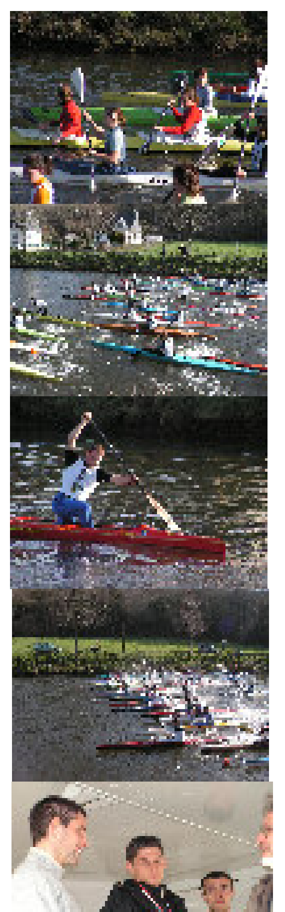
K1H :
- 1 – Adrien Férec (S) Lochrist
- 2 – Benoit Lepage (S) Lannion
- 3 – Benoit Guillaume (S) Guingamp
- 8 – Vivien Colober (1er J) Brocéliande
- 9 – Lionel Tinevez (1er V) Guingamp
- 30 – William Desnos (1er C) Le Lié



Lionel Tinevez (1er vétéran)

Vincent GOURMEL

CHAMPIONNAT DE BRETAGNE DE FOND MONOPLACE
COURSE EN LIGNE A CHATEAULIN
UNE BELLE ORGANISATION FINISTERIENNE
LE 4 FEVRIER 2007



Un bilan très positif selon les dires et commentaires des principaux acteurs, à savoir les compétiteurs. Les athlètes bretons et les quelques extérieurs dont les membres du Pôle France de Cesson-Sévigné ont apprécié l'organisation du Kayak Club Kastellin.

Cela faisait bien longtemps qu'un championnat de Bretagne de course en ligne ne s'était pas disputé en Finistère. Ce retour en Penn Ar Bed, demandé par le comité départemental de canoë kayak du Finistère est à mettre à l'actif des clubs du département qui suivent un plan de développement de l'activité au travers d'acquisitions de bateaux et d'actions sportives spécialisées. Et cette organisation leur permet une facilitée d'accession à la compétition en jouant à domicile, ce que l'on a pu observer avec un quota d'athlètes finistériens en nette augmentation par rapport aux années passées.

Rapide bilan du site géographique : un plan d'eau proche du centre ville et du fameux viaduc qui permit d'avoir du public qui plus est avec une température douce pour la saison, un parking à proximité du lieu de course avec animation et buvette de qualité, un parcours de course sélectif avec léger courant demandant une lecture et une tactique de course fines, une largeur de canal certes peu importante mais suffisante ce qui donna de beaux alignements de départ et des virages spectaculaires, la possibilité pour les coachs et accompagnateurs de suivre le long du chemin de halage.

Cette manifestation a été organisée de main de maître par les bénévoles du club de Châteaulin emmené par Henri VIDAL et aidé techniquement par Romain PITON et le Comité Départemental du Finistère.

Sur une distance de course officielle de 5 000 mètres pour les cadet/junior/senior/vétéran, de 2 500 m pour les benjamin/minime et de 1 000 m pour les poussins, près de 170 compétiteurs se sont affrontés sur l'Aulne. Etape préparatoire à la suite de la saison ; l'inter région de fond monoplace de Niort les 17-18 mars pour les grands et les finales yaouank pour les jeunes (Châteaulin n'était pas pour ces jeunes un Championnat de Bretagne ; seules les finales yaouank attribueront le titre de Champion de Bretagne yaouank. Dont acte.). On retiendra les très belles courses en kayak homme où la densité du plateau ne met que plus en avant la victoire d'Arnaud HYBOIS (Baud) qui, nouvel arrivé dans la discipline course en ligne, semble frapper d'un grand coup dans le milieu avec des objectifs ambitieux (l'Equipe de France course en ligne via les piges, les Championnats du Monde 2007 à Duisbourg, et les JO de Pékin 2008). Affaire à suivre. Dans le sillage, on observera la belle victoire de Stéphane HASCOËT qui l'emporte chez les seniors en canoë (1ère année en catégorie senior et 1er titre, bravo !) en l'absence de Bertrand HEMONIC au lourd programme hivernal avec ses collègues de l'Equipe de France (stage au Maroc ; tout comme Sarah TROËL d'ailleurs).

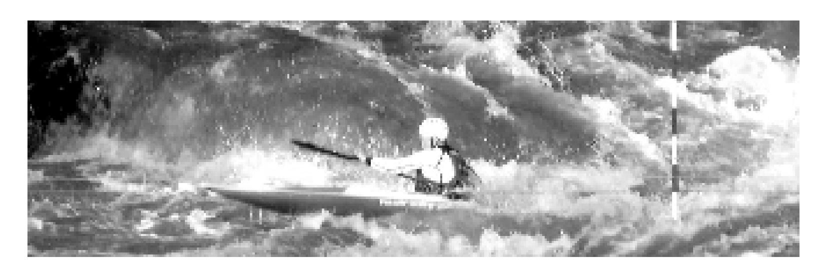
Frédéric CASTRYCK

STAGE VERTICAL KAYAK & CANOË – 11 AU 15 FEVRIER 2007 ROCHES DU DIABLE

Cette année les 2 catégories étaient regroupées sur le même site pour les stages verticaux, réunissant les meilleurs minimes, cadets, juniors et seniors régionaux de chaque catégorie. Malgré le nombre important d'athlètes (environ 35), les séances se sont bien déroulées et tout le monde a pu profiter du bassin. Le stage démarrant juste après le sélectif régional des Roches, nous avons pu regarder les vidéos de la course, les analyser, et travailler nos points faibles sur l'eau. Les deux premiers jours du stage (lundi et mardi) furent plutôt consacrés à un travail technique (séance confrontation chrono, séance concentration, séance aisance avec passes imposées, changement d'embarcation, etc…) et les deux suivants furent surtout consacrés à l'aisance en eau-vive, grâce aux pluies qui ont gonflé les rivières. En effet mercredi matin le niveau était monté de presque un mètre sur l'Ellé, et nous avons pu descendre – pour la première fois pour la plupart – le Haut-Ellé, à 90 cm, une superbe petite descente avec des passages III-IV, en bateau de slalom. Un beau moment de navigation ! Nous avons également descendu le Moyen Ellé qui, avec un très fort niveau, devient une succession de très belles vagues à surf ! Pour les N1/N2, la journée s'est terminée par plusieurs descentes des Roches du Diable, un beau souvenir car les Roches avec ce niveau d'eau, avec du soleil et plus de 15° dehors, c'est rare et très plaisant ! Le dernier jour nous avons descendu le Scorff (avec des chronos type Rapid Racing de 40'' à la Carrière), et refait une nouvelle séance dans les portes aux Roches, où le niveau était toujours très élevé.
Bref un beau stage d'eau vive, avec une très bonne ambiance entre les catégories ! (Avec les habituels affrontements amicaux entre les K1H (prononcez K-ONE-H) et les C-ONE-H !). Un grand merci aux cadres et cadres-athlètes pour la qualité du stage, des retours techniques, etc…
Voici la liste des cadres présents aux stages : JYP, L Tinevez, L Le Touze, R Piton, F Delachair, C LePage, G Marquer, N El Desouki, Medhi Deguil.

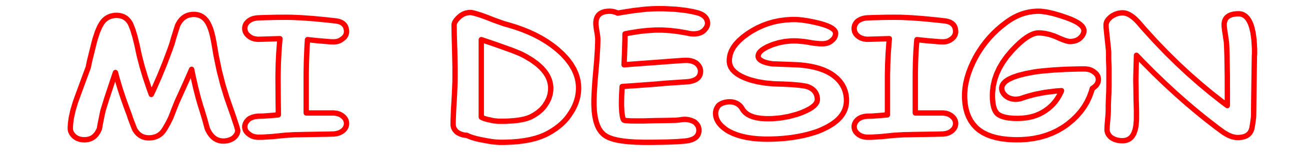


Medhi, serein sur son débordé !
(passe à Rouquin)



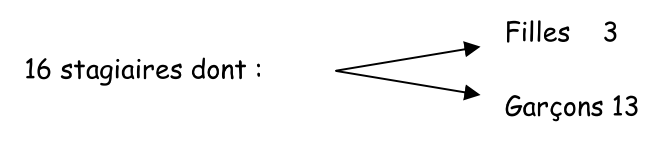
Valentin en haut des Roches, sous le « Déflector »
(on a aussi renommé les cailloux pendant le stage !).

Vincent GOURMEL



MONITORAT CANOË KAYAK – TRONC COMMUN N°2
LOCHRIST DU 12 AU 16 FEVRIER 2007

Le Comité Régional Bretagne de Canoë Kayak organisait la seconde session du tronc commun du monitorat fédéral option canoë kayak la première semaine des vacances de février (au lieu de la seconde semaine habituellement pour cause d'organisation de la Breizh Wild Water).



16 stagiaires dont :

Filles 3

Garçons 13

CD 22 : 4
CD 29 : 3
CD 35 : 6
CD 56 : 3

	NOM Prénom	Club ou structure
1	Laetitia ODERMATT	Lannion
2	Laurent RIGAUD	Poissons Volants
3	Morvan CABIOC'H	Brest
4	Julien BOURDET	Brocéliande
5	Tanguy DOUCEY	Lochrist
6	Brieuc CADIC	Brocéliande
7	Nicolas GUILLEMOT	Lochrist
8	Gaétan LE JEUNE	Dinan
9	Stéphanie LE MERCIER	Lié Loudéac
10	Jean LE TULZO	St Grégoire
11	Jean-Édouard LEGENDRE	St Grégoire
12	François PIROT	La Gacilly
13	David VIGUIER	Quimperlé
14	Déborah LARSONNEUR	St Brieuc
15	Julien MARTIN	Plouhinec
16	Pierre ROUGE	Poissons Volants

	NOM Prénom	Club / structure
1	Frédéric CASTRYCK	DRDJS Rennes, CRBCK
2	Gildas MIOSSEC	CD 22, Ville de Lannion
3	Guillaume HUPPERT	CD 22, Club de St Brieuc



<u>PROGRAMME DE CE TRONC COMMUN N°2</u> :
4 champs principaux d'intervention :

① ***Connaissances théoriques*** :

<u>Théorie N°2</u> :

- « **Se présenter devant un public »** (débutants, groupe de sportifs) : prestance, prise de parole, voix, attitudes scéniques, placement, etc…

<u>Théorie N° 6</u> :

- **Circulaire de Sécurité du 4 mai 1995**
- **topo sécurité du cadre**

Risque – Responsabilité – Sécurité (chapitre K du Mémento Initiateur Moniteur)
+ principes de sécurité (document de J. LAMY)

<u>Théorie N° 7</u> :

Le stage en situation : intervention pédagogique en structure
Précisions et remarque sur les stages – rôle du conseiller pédagogique
Stage en situation de randonnée / de stage sportif
Dossier type à remettre – plan de rapport de stage / de randonnée

<u>Théorie N° 8</u>:

- **Les Diplômes**

Filière fédérale FFCK ; diplômes d'Etat : BAPAAT, BAFA, BEES, BPJEPS, la VAE

Théorie N° 9 ***:*** **Présentation des activités FFCK** par les stagiaires : 3 groupes (un par milieu de pratique)

Présentation « **Examen blanc écrit » : connaissances générales** (45')

Sur questionnaire type : les connaissances demandées sont dans le mémento Moniteur-Initiateur, le Guide Club 2005, l'Arrêté de Sécurité du 4 mai 1995, le Livret Pagaie Couleur, le Guide De l'Entraîneur Animateur – bouquin violet FFCK, les fiches DPAL, les sites internet (FFCK, CRBCK), le Guide Canoë Plus, le livre rouge des règlements, CKM, le BICK, etc…

Bref : y 'a du boulot et de la lecture en perspective … le champ de connaissances demandé au moniteur est vaste et nécessite un travail certain.

Point sur la formation Monitorat Mer

② ***pédagogie(alternance théorie et pratique) : utilisation exclusive du dispositif DPAL***

Pédagogie et rôle du cadre Moniteur Fédéral

Le nouvel outil fédéral : D'une Pagaie A L'autre (DPAL) La nouvelle méthode d'enseignement du canoë kayak.

Théorie N° 1 : Enseignement et pédagogie

1ère Séance Pédagogique : site : club de Lochrist, canal du Blavet
Fiche DPAL – Milieu : Eau Plate ⇨ Pagaie bleue

Théorie N°3 : **DPAL : comment cela fonctionne ?**
Les fiches de situation ; les fiches de progression ; les fiches d'évaluation ; les anti-sèches.
Exemples concrets à partir de fiches : utilisation sur le terrain.

2ème Séance Pédagogique : site : stade d'eau vive Lochrist
Fiche DPAL – Milieu : Eau Vive ⇨ Pagaie bleue

3ème Séance Pédagogique : site : Bassin des Roches (Cl. 3/4)
Fiche DPAL – Milieu : Eau Vive ⇨ Pagaie rouge

Théorie N°5 : Bilan des séances pédagogiques et analyse des séances.

4ème Séance Pédagogique : site : club de Lochrist
Fiche DPAL – Milieu : Eau Plate ⇨ Pagaie Verte

③ ***pratique bateau / perfectionnement – condition physique :***

Adaptation du programme pour bénéficier des conditions de navigation optimale : Stade d'Eau Vive de Lochrist noyé mais utilisable, canal du Blavet chargé et avec du vent, bassin des Roches du Diable « gros » avec la « prairie » bien marquée avec du relief, Scorff et Haut-Ellé (à 100 cm à l'échelle). Une belle semaine de navigation au cours de laquelle nous avons pu rayonné de spot en spot en scrutant les niveaux d'eau.

Footing matinal qui permet de voir la condition physique des stagiaires moniteurs. Rappel : l'encadrement du canoë kayak – activité physique dans un milieu engagé et changeant – doit nécessairement aller de pair avec une condition physique minimale afin de pouvoir opérer une sécurité efficace au regard des responsabilités et des risques liés à notre activité de plein air.

Une condition physique minimale : c'est 2 navigations et 1 footing / semaine. Certains stagiaires doivent se remettre en cause et faire des efforts. La cigarette : sans commentaire !

Pratique Eaux-Vives N°1 : site : Roches du Diable
Pratique Eaux-Vives N°2 : site : Scorff
Pratique Eaux-Vives N°3 : site : Haut Ellé
Pratique Eaux-Vives N°4 : site : SEV de Lochrist

Evaluation Pratique tests Monitorat : K1 & C1 + ateliers techniques (esquimautage / sécurité) pour certains

④ ***vie en collectivité*** :

Gîte à l'auberge du Gorée à Lochrist. Observations sur ces 5 jours : certains doivent faire des efforts pour servir le collectif et ne pas laisser le rôle sur les épaules des mêmes. Être moniteur c'est être dynamique, leader, meneur, exemplaire.

Rangement / Nettoyage du gîte : bien mené.

Bilan du stage TC N°2



Groupe de moniteurs lors du WE pratique de janvier

Les conseils du CTR

Réflexion et perspective pédagogique : Qu'est-ce qu'être Moniteur FFCK ?

La crédibilité et la confiance portée à une personne, et plus particulièrement à un cadre, s'installent dans la durée et sur les actes de celui-ci.
Le fait d'endosser des « responsabilités » en passant dans la peau de Moniteur, c'est à dire éducateur-animateur dans l'enseignement d'une activité physique et sportive, requiert de votre part un comportement exemplaire au sens premier du terme.

Vous êtes désormais la personne auprès de qui des parents délèguent une autorité et une confiance, pour une période déterminée (une après-midi, un week-end, une semaine de stage) en vous « confiant » leurs enfants.
C'est sur vos actes que vous serez jugés ; mais aussi sur vos attitudes.

Alors attention à la première impression donnée, au premier contact avec les enfants-les adultes-les parents, qui donnent le tempo pour la suite, et peuvent vous servir ou vous desservir sur la construction d'une « image » qui vous suivra (conseils : évitez la cigarette, une tenue débraillée, une mine fatiguée, etc…)

Par conséquent, avant d'être technicien de la pagaie, devenez ce moniteur éducateur-animateur exemplaire: **accueillant, souriant, courtois, ouvert au dialogue, prévenant, ponctuel.**
Soyez présent avant l'arrivée du public : rôle de préparation et de mise en place de l'accueil, de sa séance.

Imposez-vous et faites appliquer **des règles de vie et de bon fonctionnement** dans l'activité. le rangement et la propreté des lieux font partie intégrante de votre formation, de vos devoirs de cadres ! Le respect du matériel et de la propriété d'autrui est une valeur inattaquable. Attention à vos faits et gestes qui sont les marqueurs de votre personnalité.

La sociabilité : c'est être au service du groupe (tâches collectives); respecter des horaires; mettre de l'entrain pour participer aux séances et aux groupes de travail, à la popote.

Vous êtes **le moteur et le leader de votre activité**. Vous êtes le dynamisme et l'avenir de votre club.

Sans vous rien n'est possible.

Rappel sur le cursus de formation Monitorat 2007: date d'examen = SAMEDI 12 MAI 2007

2 SITES : Rennes et Landerneau

Nous attendons vos *dossiers pédagogiques ainsi que vos rapports de randonnée au siège du CRBCK pour le 1er Mai 2007 dernier délai* (ce qui laisse 15 jours au stagiaire du monitorat mer)

A bientôt aux bords des rivières et plans d'eau.

Frédéric CASTRYCK

COMPTE RENDU DU WEEK END SECURITE EN MER DU 4 ET 5 JUIN 2005 ORGANISE PAR LE CENTRE NAUTIQUE DU TRIEUX

Le projet :

- Lier préventions et traitement des problèmes de sécurité
- Apporter des introductions (théorie/expérience) à des échanges/débats avec les participants
- Naviguer avec mise en pratique des situations évoquées ensemble

La réalisation :

- Rendez-vous 9h samedi au centre Nautique du Trieux – paimpol (CNTP).
- Accueil et présentation du projet week-end piloté conjointement par CK Mer et le CNTP.
- Une vingtaine de participants présents dès le matin.
- François Lagrange (directeur du CNTP) ouvre le bal sur le thème

  - Sécurité et auto-évaluation et apporte quelques points de repère aux échanges qui vont suivre.

A partir des phases d'apprentissage, distinction effectuée entre trois façons d'apprendre :
<u>Initiation</u> : les connaissances se transmettent par cooptations
<u>Théorisation</u> : Les connaissances s'appuient sur la documentation analytique
<u>Intuitif</u> : Les connaissances s'acquièrent par l'expérience personnelle et l'observation du milieu.

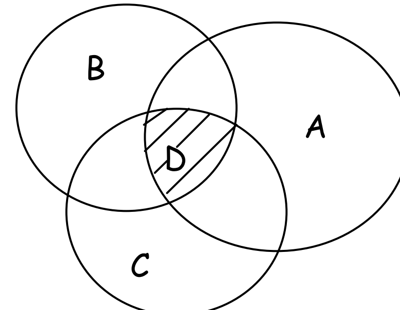
Ces trois façons d'apprendre se conjuguent plutôt positivement dans la majorité des cas.
Séparément elles entraînent avantages et même inconvénients pour organiser sa navigation. L'objectif sera donc d'utiliser les trois façons en priorisant l'observation du milieu pour influencer ses choix de comportement.

- <u>Peur et danger :</u>

Beaucoup de personnes, à terre ou sur l'eau ne savent pas faire la différence entre peur et danger. Un environnement peut entraîner un sentiment de peur alors qu'il n'y a pas de danger objectif. Par contre, une situation peu apparaître dépourvue de danger, ne pas susciter d'inquiétude alors qu'un risque réel existe.
Qu'est ce qu'une prise de risque ? Elle peut varier selon les individus en raison de leur capacité à évaluer le milieu et sa variabilité.
La plupart des navigateurs débutants n'ont pas d'expérience de vie dans la nature, leur condition de « citadin » ne les familiarise pas à l'appréciation du danger. Leurs repères font souvent référence aux modélisations en provenance des séductions volontaires issus de la publicité (voir les beaux dépliants, les belles cartes postales, les reportages vacances de la FV, etc…)

- <u>Risque et accidents :</u>

80 % des accidents sont dus à une absence d'interprétation des repères à se donner sur trois composants qui interfèrent entre eux :
A : environnement et météo
B : Programme de navigation
C : Niveau des participants
D : Zone de décision



- <u>Situations vécues et responsabilités.</u>

Beaucoup de navigateurs au sein d'un groupe éprouvent une impression de sécurité qui entraîne un abandon de responsabilité. Au sein d'un groupe, a priori « on » est rassuré. Il doit bien y avoir un « référent »… En fait, quand on embarque avec un groupe, il es nécessaire de se poser la question de notre capacité à récupérer quelqu'un en difficulté mais aussi de savoir qui sera capable de nous récupérer.

Chacun doit pouvoir faire le point sur ses capacités : points forts/points faibles. Mieux vaut passer pour une andouille que pour un noyé !!!
Je pose toujours les questions du choix face aux difficultés rencontrées :
Je continue…
J'arrête…
Je modifie…

- <u>Préparer l'autonomie :</u>

L'autonomie ne veut pas dire la capacité de naviguer en solitaire. Il s'agit de naviguer en co-responsabilité dans toutes les situations. La préparation d'une navigation en autonomie commence par réfléchir à deux questions :
Qu'est ce qui peut/doit se préparer à terre(avant)
Qu'est ce qui doit se passer sur l'eau (pendant)
A raison d'une vitesse moyenne de 3 nœuds on a besoin de savoir où l'on est…, où l'on va…

Du côté des outils de transmission, on veillera à ne pas user principalement du portable mais de la VHF. En effet sur un appel en VHS par un kayakiste ou un groupe en difficulté, les CROSS pourraient gonioter (repérer la localisation de l'appel) l'embarcation en difficulté.

De même pour l'usage du GPS (que tout navigateur ne possède pas) il vaut mieux s'entraîner à travailler avec les alignements pour s'orienter avec précision.
De nombreuses informations sont mentionnées sur les cartes « marines » : tourelle, balises, perches, etc… la préparation d'une randonnée du littoral apportera beaucoup de précisions aux navigateurs en s'appuyant sur l'estimation des informations renvoyant aux alignements : distances et directions, durée des étapes, etc…

La matinée se termine sur la présentation de petits matériels, de sécurité et leur usage : fusée parachute et feux à main, les accessoires de notre catégorie de navigation (miroir de signalisation, sifflet, fluorescine, lampes, cyalume, « housse de survie ».

Pique-nique à 12h30 dans les locaux du CNTP et présentation du programme de navigation du samedi après-midi

- **<u>Navigations</u>**

Samedi 4 juin PM 18h24/BM 12h27 Coef 73
Météo : Vent d'ouest 4/5 + rafales, mer peu agitée
Programme : travail sur les récupérations et remorquages en mer formée
Référents : Florian LLIDO, Véronique OLLIVIER, Eric LE LOUARN, Yves GUILBAUD, François LAGRANGE, James LANARD
Départ du CNTP à 13h30 embarquement Pointe de L'Arcouest à 14h15 et navigation par « la chambre » jusqu'au site de Morbic (Nord de Bréhat). Organisation sur place en 3 groupes de niveau :
Eric LE LOUARN avec le groupe de Port Blanc
Florian LLIDO/Véronique OLLIVIER avec un groupe de niveau +
François LANGRANGE/Yves GUILBAUD avec un groupe de niveau –

Activités diverses par groupes jusqu'à 18h. Regroupement général dans le sud de la « chambre » et retour à l'Arcouest vers 18h30.
Dispersion sur place et rendez-vous dimanche matin à 9h au CNTP à Coz Castel.

Dimanche 5 juin 9h00
Rendez-vous à Coz-Castel
La journée commence par un topo de Xavier COLLINS (BE Kayak + qualif. Mer) sur le thème « Analyse de sites ». Xavier a préparé un topo récapitulatif sur le sujet qui est distribué à tous les participants. Xavier nous apporte des précisions au cours des échanges.

De l'analyse de sites aux choix de navigation : la participation des kayakistes présents se fonde sur leurs Expériences pratiques et complète bien la dynamique CAUSES/CONSEQUENCES qui portera principalement sur les interactions : météo, sites de navigation, cartographie et courants de marée.

Départ à 11h du CNTP pour un programme de navigation sur la zone de l'Ile d'Er/pointe du Château.

- **Navigations** :

Dimanche 5 juin PM 19h07/BM13h13 coéf. 74/76 mer peu agitée
Objectif : rechercher des sites délicats et franchir en insistant sur les trois phases : se placer, se déplacer, se sécuriser (dans le franchissement et en zone d'attente)

Embarquement à Beg Vilin (estuaire du Jaudy) à 12h35
Navigation en groupe de 16 participants
Débarquement sur îlot pour pique-nique
Répartition en 2 groupes de niveau mélangé pour travail sur sites Pointe du Château puis nord de l'Ile d'Er.
Ré embarquement vers 14h pour la pointe du Château et le nord de l'Ile d'Er.
1er groupe avec Guy LECOINTRE et Véronique OLLIVIER
2ème groupe avec Florian LLIDO et Yves GUILBAUD
Activités par groupe sur l'approche et le franchissement d'un passage pouvant être « engagé »(selon le fond, le courant, l'étroitesse, le ressac, le vent).

Différents types de sites rencontrés dimanche : Haut fond avec houle légèrement déferlante, passage encaissé entre deux grandes roches avec forte veine de courant, trajectoires combinant : traversée d'un courant, passage dans un contre courant latéral et un franchissement d'un haut fond avec houle et passage en rase-cailloux étroits sans houle mais avec présence de roches affleurantes obligeant à des changements de direction dans le passage.

Après regroupement de l'effectif, retour par groupe par Beg Vilin
Débarquement vers 16h30 du 1er groupe et vers 17h du 2ème.
Dispersion sur place.

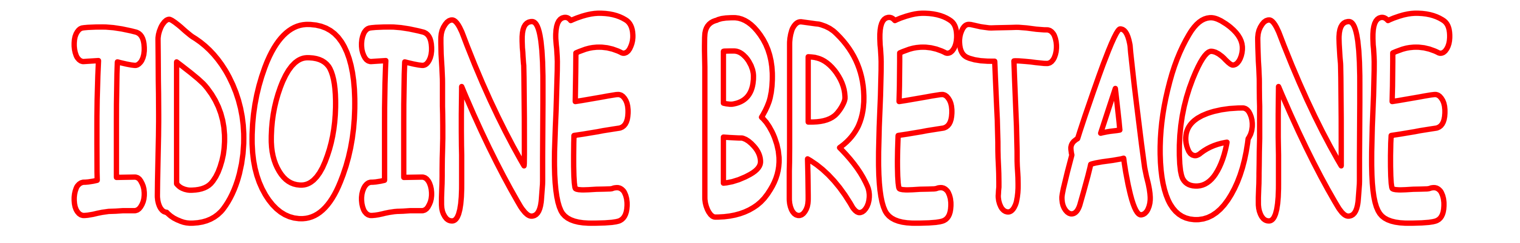
Participants	Attentes / pratiques
Cécile (CANGA)	1 an kayak/débutante
Jérôme (Paris)	2 ans/stage perf
Valérie (Perros-Guirec)	1 an kayak
Robert Martin (Port Blanc)	Nav + Test B
Eric Le Louarn (Port Blanc)	BE
Odile Fenard (St Malo)	Exp nav
Jean-Jacques Gicquel (BKMer)	Exp nav + formation sécu
Christophe Gicquel (CNT)	Exp nav
Florian Llido (CNTP)	BE
Alain Bohee (BKMER)	Exp nav +
Yves Guildaud (CNTP)	BE
Gérard (La Flèche)	Nav- en mer attentes sécu 1 an kayak/débutante
Elisabeth (Marne)	1 an kayak/débutante
Véronique Ollivier (Rennes)	Exp nav (++) motivation stages
Bernard (La FLèche	Nav +/- en mer
Patrick (Rennes)	Nav en solo exp nav -

Dominique (St Malo)	4 ans nav
Participants	**Attentes / pratiques**
Joêl (Ile de France)	Faible expérience
Gérard Daudon (Paimpol)	Faible expérience kayak
Xavier Collins (ex GANGA)	BE
François Lagrange (CNT)	Exp nav / directeur kayak
Patrick (Rennes) 2	Nav sur Vannes
Guy LECOINTRE (CNT)	Exp nav (++)

François LAGRANGE
Yves GUILBAUD

Le rapport d'expérience de ce type, l'organisation de journée sécurité est vraiment notre métier et le journal le bick doit en faire la promotion et publier les rapports. Merci au CNT pour cet article.

La rédaction du bick



FONCTIONNMENT DU CHALLENGE DEPARTEMENTAL « JEUNE » A 2 NIVEAUX – DEPARTEMENT 35

■ Après 5 ans de fonctionnement le challenge départemental Jeune doit renouveler sa formule pour donner aux meilleurs jeunes du département les moyens d'être compétitifs au niveau régional.

■ Sans oublier l'objectif **quantitatif** : Accueillir le maximum de jeunes dans l'animation départementale, venant particulièrement de clubs n'ayant pas d'encadrant professionnel. Cela permet de proposer à ces jeunes une animation régulière, avec prise en charge des animations par l'équipe technique départementale.

■ Nous devons être vigilants à élever le niveau de nos jeunes pagayeurs en proposant également une animation **qualitative**. Cela doit permettre aux meilleurs jeunes du département d'élever leur niveau technique de façon à développer leur capacité à figurer honorablement dans les classements régionaux et de les préparer, s'ils le souhaitent, à rejoindre la filière sportive. (CLE, POLES…)

■ Ce Challenge propose à tous les jeunes de tous les clubs de participer à des regroupements et des stages de perfectionnement sportif.

■ Ces animations doivent permettre :

Aux jeunes

- De rencontrer et connaître les autres pratiquants du département
- Côtoyer d'autres moniteurs
- Découvrir de nouveaux supports et de nouvelles disciplines
- De progresser techniquement

Aux responsables de l'activité

- De confronter leur expérience et d'enrichir leur savoir-faire.

Aux clubs

- De proposer aux jeunes de leur club, une animation régulière avec une prise en charge d'encadrement par l'équipe technique départementale.

Notre souci est de proposer des contenus d'initiation et de perfectionnement sur le thème choisi. La volonté de l'équipe d 'animation est de faire naviguer les participants au moins 1h30 par ½ journée « challenge départemental jeune »

CE CHALLENGE EST DONC UN FACTEUR
DE PROGRESSION POUR LES JEUNES ET
UN FACTEUR DE DEVELOPPEMENT DE VOTRE CLUB

QUI ?

Niveau 1 :

Poussins(es), Benjamins(es), Minimes, Cadets(tes) dont c'est la première année de pratique du Canoë-kayak ou Poussins(es), Benjamins(es), Minimes ayant plus d'une année de pratique de Canoë-kayak mais n'ayant pas accédé à la sélection « Yaouank ».

Niveau 2 :

Benjamins(es) et Minimes faisant partis de la sélection « Yaouank ».

OBJECTIFS

Niveau 1 :

§Approfondir les fondamentaux

(Equilibre, Propulsion, Manoeuvre, Prise d'informations…)

§Développer la polyvalence.

(Canoë, Kayak, Bateau directeur, bateau manœuvrier, Equipages…)

§Découvrir des nouveaux sites

§Rencontrer d'autres pagayeurs

Niveau 2 :§Perfectionner leurs connaissances de l'activité

§Perfectionner leurs capacités physiques

§Perfectionner leurs compétences techniques

§Se confronter à d'autres pagayeurs

§Développer leur savoir faire pluridisciplinaire

SELECTION NIVEAU 2

Les 8 :

Ce sont les 8 meilleurs(es) Minimes du département. Il sont sélectionnés sur leurs résultats:

§ CDJ2 de l'année précédente

§ Finales « Yaouank » de l'année précédente

Les 16 :

Ce sont les 16 meilleurs(es) (après les 8) Benjamins(es), Minimes du département. Ils sont sélectionnés sur leurs résultats :

§ CDJ2 de l'année précédente

§ Finales « Yaouank » de l'année précédente

CES 24 JEUNES PAGAYEURS CONSTITUENT L'EQUIPE JEUNE DEPARTEMENTALE

Ces sélections s'effectuent sous la responsabilité du CDCK35 et aura lieu Début Octobre**Les 30** :

Ce sont les 30 meilleurs(es) Benjamins(es), Minimes du département. Ils sont sélectionnés en cumulant leurs résultats des :

§ Biathlon de l'année en cours

§ Chpts dép. de slalom de l'année en cours

§ Chpts dép. de descente de l'année en cours§ Chpts dép. de fond de l'année en cours

On ne retiendra que les 3 meilleurs résultats pour faire le classement.

CES 30 JEUNES PAGAYEURS REPRESENTENT LE CDCK 35 AUX FINALES «YAOUANK» REGIONALES

Ces sélections s'effectuent sous la responsabilité du CDCK35 et aura lieu avant les vacances de Noël

ATTENTION !!!

IL VA DE SOIT QUE, QUELQUE SOIT SON CLASSEMENT, LA SELECTION DES JEUNES PAGAYEURS DE NIVEAU 2 TIENDRA COMPTE DU NOMBRE DES PARTICIPATIONS AUX DIFFERENTES ANIMATIONS DU CDJ2.

Le comité de sélection :

Les sélections seront effectuées par le comité de sélection début octobre pour les 8 et les 16, avant les vacances de Noël pour les 30.

Le comité de sélection se compose :

- du président du comité départemental
- du président de la commission (ou son représentant)
- du conseiller technique départemental ou son représentant

Le comité de sélection traite également les cas particuliers, les litiges seront traités par le comité directeur du CDCK 35.

Les régates nationales de l'espoir :

C'est dans l'équipe jeune départementale que sont susceptibles d'être sélectionnés les jeunes pagayeurs qui représenteront la Bretagne aux régates nationales de l'espoir.
cette sélection est du ressort de la commission régionale « jeune »
L'athlète qui est sélectionné pour participer à la régate nationale de l'espoir représente son département et sa région et en porte les couleurs. Pour ces raisons, le comité de sélection pourra décider de ne pas retenir en sélection, ou d'exclure un athlète dont le comportement sur l'eau ou en dehors ne serait pas conforme aux règlements sportifs ou aux règles de la vie en groupe. Ces décisions étant validées par le comité directeur.

MODE D'EMPLOI

Le Responsable R1 :

- Le R1 est garant de l'animation dont il a la responsabilité
- Le R1 doit trouver un site de remplacement en cas de besoin.
- Le R1 doit s'assurer de l'équipement du site
- Le R1 doit s'assurer de la présence suffisante d'encadrants et d'organisateurs (Obligation de 1 cadre pour 10 sur l'eau)
- Le R1 est garant du respect des règles de sécurité

Comment y participer ? :

Les Challenges :

- Il n'y a pas de convocation pour les ½ journée animation « Challenge jeune »
- Le calendrier départemental sert de convocation
- Le responsable sportif du club doit appeler le club organisateur le jeudi précédent le challenge pour donner le nombre approximatif de participants niveau 1 et 2. Ceci afin de préparer au mieux la manifestation (Nbre de cadres, matériel…)
- Les inscriptions sont prises sur place (Voir joint: une liste type à amener le jour de l'animation)
- L'accueil des jeunes est ouvert à partir de 13h30
- Le début de l'animation a toujours lieu à 14h30

Les Compétitions :

Le R1 vous fera parvenir une convocation et une fiche d'inscription que vous devrez faire parvenir, au plus tard, la veille de la compétition à l'organisateur.

Pour ne pas compromettre le bon déroulement de la manifestation, aucune inscription ne pourra avoir lieu le jour même. (uniquement confirmations et rectifications des erreurs de saisie)

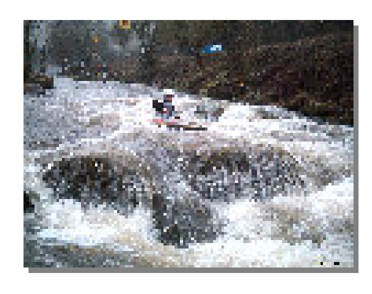
Les Stages :

Le R1 vous fera parvenir une convocation et une fiche d'inscription que vous devrez faire parvenir, au plus tard, à la date prévue et dans les règles d'organisation de stage prévu par le CDCK35.

Nous vous rappelons que le matériel et les cadres sont sur place et qu'une concertation préalable avec le R1 ou le CDCK35, vous permet d'amener des jeunes sur ces regroupements même si vous ne disposez pas de tout le matériel nécessaire ou/et du moniteur.
En prévenant le club organisateur une semaine à l'avance, il est possible de prévoir des prêts de bateaux (dans la limite des stocks disponibles).

MANIFESTATIONS, LOISIR & COMPETITIONS

26 au 30 mars 2007**: Test d'admission CLE** – *PONTIVY, BREST, LANNION, RENNES*
Contact : F. CASTRYCK : 06.84.81.50.07



30 au 1 avril 2007: **Test d'admission dans la filière Haut Niveau** – *RENNES*
Contact : MF PRIGENT : 06.86.08.92.92

1 avril 2007 : **Championnat de bretagne adulte de kayak Polo** – *BROCELIANDE*
Contact : J. LE FRANCOIS : 02.99.62.50.51

7 au 9 avril 2007: **Championnat de France de Fond monoplace et équipage**– *VESOUL*
Contact : L. SERGE : serge.laurent19@wanadoo.fr

7 au 9 avril 2007: **Journée Championnat de France N1H & N1F & N2H & N2D** de Kayak Polo -
Contact : JC. DUBOST**:** ckc.acigne@orange.fr

7 au 9 avril 2007 : **Nationale 2 de Slalom**- *TARBES*
Contact : D. GEORGES **:** 05.62.36.42.39

10 au 15 avril 2007: **Monitorat Mer + randonnée** – *PORT BLANC/PENVENAN*
Contact : CRBCK : 02.23.20.30.14

14 et 15 avril 2007 : **Descente Régionale Championnat de Bretagne classique et Sprint** – *MUR DE BRETAGNE*
Contact : P. LE CLEZIO : ckguerledan.mur@wanadoo.fr

21 et 22 avril 2007 : **Nationale 3 Slalom** – *ST JEAN D'ANGELY*
Contact : M. LAPORTERIE : kcangerien@wanadoo.fr

21 et 22 avril 2007 : **Sélection Championnat de France N1 de Merathon** - *LANCIEUX*
Contact : E. PEAN : contact@cn-lancieux.org ou 02.96.86.31.50

22 avril 2007 : **Championnat de Bretagne de vitesse** - *PAIMPONT*
Contact : Club de Brocéliande : 02.99.09.37.26

28 & 29 avril 2007 : **Sélection Championnat de France N1de Wave Ski** - *SIOUVILLE*
Contact : R. LELOUTRE : renanlel@yahoo.fr ou 02.33.22.35.57

28 & 29 avril 2007 : **Championnat de Bretagne Yaouank manche Slalom + animation Kayak Polo (samedi)** - *CESSON*
Contact : E. LE PEN : 02.99.83.48.94 ou lespoissons.volants@yahoo.fr

28 & 29 avril 2007 : **Sélection Championnat de France N1 de Descente**– *PAU*
Contact : C. FRANCIS : 05.59.06.52.49

28 au 30 avril 2007 : **WE Formation sécurité Mer sur Tour de Bretagne** – *GLENAN*
Contact : CRBCK : 02.23.20.30.14

5 & 6 mai 2007 : **Sélection interrégionale vitesse 1000 mètres** – *ANGERS*

5 & 6 mai 2007 : **Tournoi international de Charleroi de Kayak Polo**– *BELGIQUE*
Contact : H. PREVOST: FEDERATION FRANCAISE DE CANOE-KAYAK,

INTERVIEW D'UN MEMBRE DU COMITE DIRECTEUR

- **Identité :**
  Nom Prénom : *René TREGARO*
  Age : *65 ans*
  Profession : *Retraité*

- **Depuis quand es-tu membre d'un club ? quels ont été tes clubs successifs ?**
  Depuis 1964
  Rohan – CC Rennes – Saint Grégoire

- **Qui t'a appris à faire du bateau ?**
  Les anciens du club de Rohan.

- **Quel est ton palmarès sportif ?**
  En 1969 à Bourg St Maurice
  Champion du monde en équipe C2 Mixte
  4ième en individuel
  2ième au championnat de France en1968 et en 1971…………

- **Combien d'années as-tu consacré à la compétition de haut niveau ?**
  5 ans

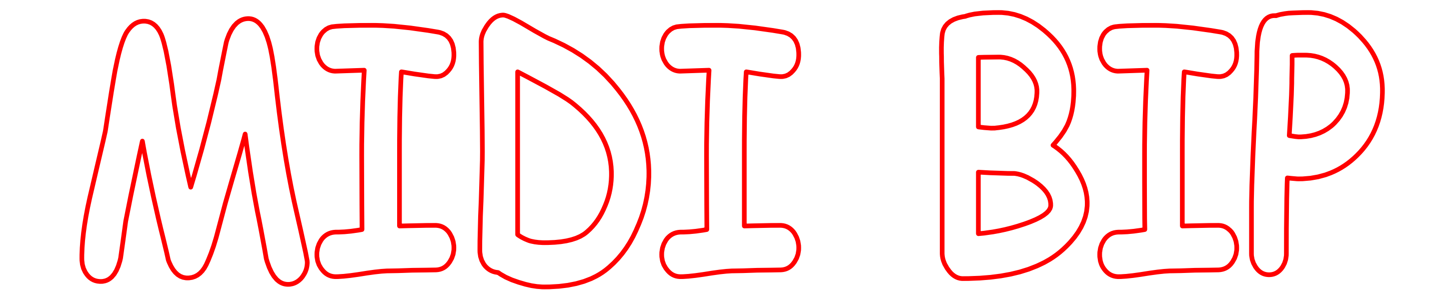
- **Quelles missions as-tu rempli pour le canoë kayak et quelles sont tes missions actuelles ?**
  Président de la commission descente de rivière à la ligue de l'ouest de 1965 à 1969
  Conseiller Technique en Bretagne pendant 30 ans.
  Une saison à la FFCK sur la commission « Pratique permanente dans les clubs »
  5 saisons comme entraîneur des kayaks hommes en descente de Rivière, 2 championnats du monde, Jonquières au Canada et Bala en Grande-Bretagne.
  Actuellement je suis Président de la commission course en ligne régionale, et président du club de Saint Grégoire que Gillette et moi avons créé en 1970

- **Quels sont tes meilleurs souvenirs en tant que CTR, entraîneur national, dirigeant sportif ?**
  En tant que CTR / Les résultats sportifs que les Bretons ont obtenu
  - par exemple, d'avoir eu un sélectionné par catégorie de course aux Championnats du monde de Savage River aux Etat Unis en 89.
  - Les J O de 92 avec une ambiance du tonnerre, à Séo de Urguel pour encourager Anne Boixel, et à Barcelone pour encourager Olivier Boivin.
  - D'avoir œuvré avec une super équipe de copains, des professionnels de Jeunesse et sport, et des bénévoles qui d'ailleurs sont pour la plupart toujours actifs.
  - En tant qu 'entraîneur à Bala avec les 2 titres de Champions du monde : en individuel et en équipe dans la catégorie des kayaks homme.
  - En tant que Président du club de Saint Grégoire : Les résultats que nous avons obtenus et que nous obtenons dans toutes les disciplines, et le plaisir de voir nos athlètes se distinguer dans les compétitions internationales.

- **Quel est ton pire souvenir ?**
  Évidemment les accidents : Un cadet gravement blessé à la cuisse par un écli de bois sur le Scorff. Une cadette coincée dans des branches dans le grand contre de droite des Roches du Diable…….

- **Quelles sont tes passions en plus du bateau ?**
  J'aime le jardinage.

- **Est-ce sur le bord d'une rivière que tu as rencontré Gillette ?**
  Et non. Nous sommes nés tous les deux à Rohan, et à Rohan, il est impossible de ne pas se rencontrer. C'était sur le quai du port de l'Oust canalisé.



RAID « Iles en Phares »



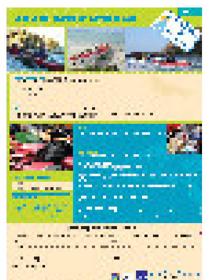
Le jeudi 17 mai, le vendredi 18 mai, le samedi 19 mai
Plusieurs formules de randonnée ou groupes ou par équipes de 3 vous sont proposées
Contact : Bertrand LE DEUT ou Florient LLIDO au 02.96.20.92.80

TOUR DE BRETAGNE 2007

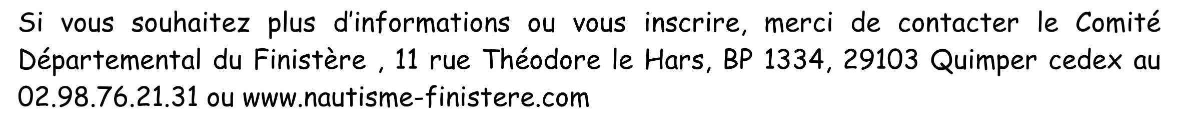
Retrouvez une nouvelle édition du Tour de Bretagne 2007 le 16 et 17 juin qui se déroulera à Bréhat.
Pour vous inscrire, il vous suffit de téléphoner au CRBCK : 02.23.20.30.14. Les inscriptions sont définitives dès réception de votre chèque. L'inscription est de 40.00 €. (Cette somme servira à acheter la nourriture pour le we entier). Attention, il n'y a que 20 places de disponibles, alors dépêchez vous !!!!
Le responsable de ce week end, Luc Vincent vous donne rendez vous au port de Loguivy à 9h00 le 16 juin 2007.

Le matériel à fournir est le suivant : Kayak de Mer homologué 5 milles, bout de remorquage, compas, duvet, tente, matériel de bivouac, matériel de cuisine.

TOUR DU FINISTERE EN KAYAK DE MER



Le Comité Départemental du Finistère organise le Tour du Finistère en kayak de mer. Ce sont 4 semaines indépendantes entre elles pour visiter le Finistère du nord au sud. Vous pouvez choisir de faire une ou plusieurs semaines selon vos disponibilités ou le parcours que vous souhaitez découvrir. Les tarifs vont de 280.00 € à 300.00€.



Si vous souhaitez plus d'informations ou vous inscrire, merci de contacter le Comité Départemental du Finistère , 11 rue Théodore le Hars, BP 1334, 29103 Quimper cedex au 02.98.76.21.31 ou www.nautisme-finistere.com

BREVET D'ETAT D'EDUCATEUR SPORTIF 1ER DEGRE

ATTENTION !!! avis à tous ceux qui doivent se présenter aux épreuves spécifiques en candidat libre : Nous leur conseillons de le faire le plus rapidement possible car le BE canoë kayak (diplôme de niveau 4) est en voie de disparition, idem pour la qualif mer. Le CREPS de Dinard Bretagne ouvre une dernière promo à priori en 2007-2008. Vous pouvez vous inscrire aux tests qui auront lieu tout début septembre 2007. Contacter le CREPS de Dinard : 02.99.16.34.16.
A terme, ce diplôme sera remplacé par le BP (niveau 4) et par le diplôme d'état en cours de création (Niveau 3). Les tests d'entrée en BP sont organisés à l'ENV. L'inscription pour la promotion 2007-2008 doit se faire auprès de NEB : 02.98.02.80.44
Pour toutes informations complémentaires, appeler les CTR ou les CTFD.

LES 10 REGLES D'OR DES CARDIOLOGUES DU SPORT (OUEST FRANCE DU 2-3 DECEMBRE 06)

Conseils du Dr Carré, Médecin du Sport au Centre Hospitalier, chargé des athlètes de haut niveau.

1- Je respecte toujours un échauffement et une récupération de 10 minutes lors de mes activités sportives.
2- Je bois 3 à 4 gorgées d'eau toutes les 30 minutes d'exercice à l'entraînement comme en compétition.
3- J'évite les activités intenses par des températures inférieures à –5 °C et supérieures à +30°C
4- Je ne fume jamais 1 heure avant ni 2 heures après une pratique sportive (d'ailleurs on ne fume pas !)
5- Je ne prends pas de douche froide dans les 15 minutes qui suivent l'effort.
6- Je ne fais pas de sport intense si j'ai de la fièvre, ni dans les 8 jours qui suivent un épisode grippal (fièvre + courbatures).
7- Je pratique un bilan médical avant de reprendre une activité sportive intense si j'ai plus de 35 ans pour les hommes et 45 ans pour les femmes.
8- Je signale à mon médecin toute douleur dans la poitrine ou essoufflement anormal survenant à l'effort*
9- Je signale à mon médecin toute palpitation cardiaque survenant à l'effort ou juste après l'effort*
10- Je signale à mon médecin tout malaise survenant à l'effort ou juste après l'effort.

* quels que soient mon âge, mes niveaux d'entraînement et de performance, ou les résultats d'un précédent bilan cardiaque.

LA LEPTOSPIROSE, MIEUX VAUT PREVENIR QUE GUERIR !

La fréquence des cas de leptospirose va en augmentant. Les vaccins à notre disposition n'ont pas fait la preuve absolue de leur efficacité. Sa prévention reste donc primordiale. Elle repose sur quelques règles simples. Pour se développer, l'infection adore des plaies cutanées et leur contact avec l'eau souillée. Il faut donc toujours prendre soin de se laver et de nettoyer son matériel après chaque navigation. En cas de lésions cutanées exposées, éviter le contact avec l'eau autant que faire se peut. Si besoin, mettre des protections.

En cas de symptômes de grippe, fièvre, courbatures, fatigue survenant les 8 – 10 jours après un contact « forcé » avec l'eau, il faut consulter votre médecin traitant. Il faut également lui rappeler votre pratique du canoë kayak et le risque de leptospirose. Un traitement de quelques jours (5 à 8) par antibiotiques à large spectre est parfaitement efficace. Le traitement devra être précédé d'un prélèvement sanguin pour affirmer le diagnostic. Si vous avez le moindre doute, appeler le Docteur François CARRE au 02.99.28.41.33.

François CARRE

MISE A DISPOSITION OU LOCATION DE MATERIEL CRBCK

Vous organisez une manifestation en tant que club, membre agréé ou comité départemental, le comité régional dispose de matériel pour venir soutenir ces organisations, gracieusement dans le cas d'une manifestation régionale, à titre locatif pour une organisation nationale ou interrégionale.
La procédure est la suivante : Contacter le CRBCK par mail ou par téléphone (crbck@wanadoo.fr ou 02.23.20.30.14). Vous recevrez un contrat de réservation que vous demanderez au crbck. Il faut s'y prendre à l'avance bien sûr idéalement 1 ou 2 mois puis récupérer le matériel là où il se trouve et le faire revenir en bon état et rapidement après la manifestation car ce matériel « tourne » presque tous les week-ends.
Voici la liste du matériel disponible : Talkies-Walkies, Système chrono, Afficheurs (2 lignes et 6 lignes), Matériel de sécurité (combinaisons, gilet, corde, casque), Remorque, Sono, Déplacement chronométreur, Logement juge arbitre et chronométreur, Matériel Course en Ligne (ligne d'eau et bouées mobiles), Zodiac et Remorque, Porte voix, Balance électronique, Parapluies x 6, Panneaux promotion, Caravane verrière, 2 VHF, 2 Chronos à bande, Groupe électrogène, Panneaux d'affichage (2 x 5 panneaux), Banderoles Départ/Arrivée, Banderoles ffck.
Ce service offert aux clubs donne à vos manifestations un éclat et un niveau de prestation élevé : ex le chronométrage, les afficheurs, les banderoles, la sonorisation etc…
Alors faites bien vos demandes le matériel n'arrivera pas par miracle.

Jean Yves PRIGENT



RECHERCHE / RECHERCHE / RECHERCHE / RECHERCHE / RECHERCHE / RECHERCHE

●Village vacances situé sur l'île de Berder dans le Golfe du Morbihan, recrute du 6 juillet au 25 août 2007 un Moniteur Kayak de Mer. Mission : encadrer l'activité auprès d'un public familial.
Envoyer C.V à : Guillaume CHALLET - Responsable Animation, L.V.T Ile de Berder - 56870 LARMOR BADEN
Tél: 02 97 57 03 74. E-mail : lvt.berder@wanadoo.fr / Site: www.lvt-berder.com

●Ecole de Kayak Mer SILLAGES recherche un BEES qualif° mer, BPJEPS, monitorat kayak de mer, BAPAAT pour juillet et août 2007. Envoyer CV + LM à : SILLAGES - 18 rue du Rouzenn - 56510 ST PIERRE QUIBERON - 06.81.26.75.08 eric.marion2@wanadoo.fr - Tél / Fax : 02 97 30 95 29

● Le Stade d'Eaux Vives de Cesson Sévigné recherche des éducateurs sportifs Titulaires du B.E.E.S Canoë Kayak ou moniteurs fédéraux d'avril et de juin (Encadrement d'activité scolaire), juin à septembre (temps plein). Contact : Renseignements au Stade d'Eaux Vives : 02.23.45.18.18 / stade-eaux-vives@ville-cesson-sevigné.fr

● Le Club Nautique Pontrivien (22) recherche 2 moniteurs fédéraux canoë-kayak, qualification mer souhaitée, du 02 juillet au 31 août 2007. Envoyer CV + LM à : Club Nautique Pontrivien – rue du port – 22260 PONTRIEUX / Tel : 02-96-95-17-20 / 06-83-17-34-68 ou clubkayakpontrieux@wanadoo.fr

● Trois pagaies polynésiennes en bois appartenant à René TREGARO ont été prêtées lors de la journée pirogue à Douarnenez. Merci de bien vouloir les ramener à son propriétaire. Contact : 06.81.27.87.11

● BEES CKDA avec qualification mer recherche poste à l'année de préférence en Côtes d'Armor, permis hauturier, CRR et BEATEP milieu marin, nombreuses expériences d'encadrement en kayak mais aussi animation découverte du milieu marin. contact x.collins@wanadoo.fr ou au 06 13 66 12 40

● Jeune fille titulaire du BAPAAT et du BTS Assistante de Direction, mobile, recherche un emploi polyvalent dans le secteur de l'Ille et Vilaine. Contact : 06.50.82.66.72

● Le Centre Nautique de Paimpol Loguivy de la mer vend une partie de sa flotte voile et kayak de mer.
Tél: 02-96-20-94-58 ou centrenautiquedutrieux@wanadoo.fr

A VENDRE / A VENDRE / A VENDRE / A VENDRE / A VENDRE / A VENDRE / A VENDRE

● K1 Surf Ski Icon – Marque Custom Kayak Oceanya – Année : Mars 2005 – Couleur Blanc. Etat neuf – Equipé Championnat de France de Kayak de Mer – Prix : 1200 €s. Contact : 06.64.54.20.87

● K1 slalom type quattro – excellent état – 06.03.13.67.59 – 250 € à débattre

● 1 nc 12 à 1000 €, 1 kl 13.5 à 1200 €, 1 dériveur jet à 1500 €, 1 moteur 9.9cv à 300 €, 1 canoë 8 places démontable à 2000 €, 1 katchiky ancien modèle à 800 €, 2 kayaks indiana 2 à 900 €, 5 canoës doubles à 300 €, 2 tentes familiales 4 places à 150 €, 1 remorque de route kayaks à 800 €. Contact François Lagrange, Sylvain Clément ou Florian Lido au 02.96.20.92.80

● 20 canoë-jumbo de marque Zodiac – Ages : 8 ans – très bon état – livré avec trois pagaies, un gonfleur, 3 gilets – Prix : 450.00 € par canoë. Contact : Gérard TILLIETTE 00.33.321.93.81.53 ou 00.33.607.49.89.45

● A vendre kayak polyéthylène en bonne état type cadence, MX 340 s'adresser au KC RENNES 06.03.13.67.59 – 150 à 200 € par bateau.

● 3 Scandals, « playboat » DAG, kayak court polyéthylène, un couleur bleu/vert, bon état, peu servi. Prix : 300 euros, deux usagés, un bleu et un rouge et noir, Prix unitaire : 60 euros. Club de Thorigné Eaux Vives, Manoir de Tizé, 35235, Thorigné Fouillard. Contact : 02.99.62.21.19 ou 06.28.33.79.08

● A vendre pagaie creuse carbone marque CANALI Longueur: 2m13 Manche rigide pales moyennes. Prix 150 € à débattre. Contact:
Gaëlle REGNIER au 02.99.69.60.33

● Minibus MASTER - 2.8 Tdi - 115 Ch., blanc, 9 places - année 2000 - 123000 km, CT OK - Entretien Renault, pneus neufs, prix: 6900 € - Contact: 02 97 39 13 62

REGLISSE



LE B.I.C.K.

Attention pensez à votre renouvellement d'abonnement

☐ Je m'abonne au B.I.C.K. (6 numéros).

☐ Je joins un chèque de 15 €uros à l'ordre du CRBCK.

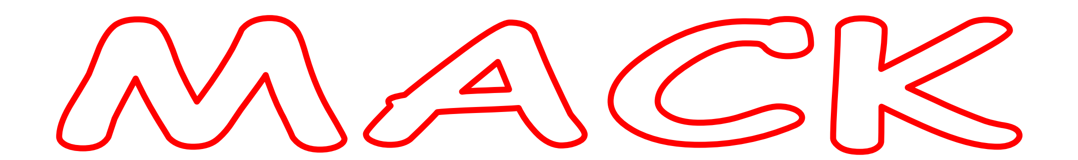
NOM et Prénom : ____

Adresse : ____

CP : ______________ VILLE : ______________________________

Signature

A renvoyer à : CRBCK
Base Nautique Plaine de Baud
35, rue JM Huchet
35000 RENNES


MACK